

ỦY BAN NHÂN DÂN THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
TRƯỜNG CAO ĐẲNG LÝ TỰ TRỌNG THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
KHOA MAY- THỜI TRANG



SVTH: **1. BÙI THỊ KHÁNH VY - MSSV: 20006716**
 2. HUỖNH THỊ PHƯƠNG LINH - MSSV: 20002140
 3. TRẦN THỊ THẢO NGUYỄN - MSSV: 20002122

BẢO QUẢN BÁNH MÌ

Ngành học: Kỹ thuật làm bánh

Lớp học: 20T4-KLB1

TIỂU LUẬN MÔN THƯƠNG PHẨM VÀ AN TOÀN THỰC PHẨM

GVGD: Ths. PHẠM THỊ THANH THÚY

Thành phố Hồ Chí Minh – 2021

ỦY BAN NHÂN DÂN THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
TRƯỜNG CAO ĐẲNG LÝ TỰ TRỌNG THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
KHOA MAY- THỜI TRANG



SVTH: **1. BÙI THỊ KHÁNH VY - MSSV: 20006716**
 2. HUỖNH THỊ PHƯƠNG LINH - MSSV: 20002140
 3. TRẦN THỊ THẢO NGUYỄN - MSSV: 20002122

BẢO QUẢN BÁNH MÌ

Ngành học: Kỹ thuật làm bánh

Lớp học: 20T4-KLB1

TIỂU LUẬN MÔN THƯƠNG PHẨM VÀ AN TOÀN THỰC PHẨM

GV CHẤM 1

(Ký và ghi rõ họ và tên)

GV CHẤM 2

(Ký và ghi rõ họ và tên)

Thành phố Hồ Chí Minh – 2021

LỜI MỞ ĐẦU

Bánh mì từ lâu đã rất quen thuộc với chúng ta. Đây là những loại bánh nướng rất thông dụng và tiện lợi. Chúng vận chuyển đi xa, bảo quản dễ dàng, có mùi vị thơm ngon và hấp dẫn.

Hiện nay bánh mì được sản xuất với số lượng khá lớn, mùi vị và hình dạng rất phong phú và đa dạng, chúng không ngừng được đổi mới để đáp ứng cho thị trường của người tiêu dùng, chẳng hạn như thêm thành phần dinh dưỡng cho bánh mì, cung cấp thêm một số dưỡng chất cần thiết cho cơ thể như: canxi vitamin B, vitamin D,...

Nắm bắt được xu hướng của người tiêu dùng và khả năng phát triển thị trường của dòng sản phẩm này, chúng em đã tìm hiểu về một số vấn đề về “Cơ sở lý luận và cơ sở thực tiễn về bánh mì”, hy vọng rằng với những thông tin mà chúng em thu nhập được sẽ góp phần giúp cho bạn đọc hiểu rõ hơn về những đặc điểm cơ bản của dòng sản phẩm này, từ đó có thể phát hiện ra những phương pháp cải tiến các chất lượng của bánh mì phù hợp hơn với người tiêu dùng.

Chúng em xin chân thành cảm ơn giáo viên bộ môn Thương phẩm và an toàn thực phẩm đã hướng dẫn và cho chúng em có cơ hội được tìm hiểu về các cái tốt cái xấu của bánh mì, và nhiều thực phẩm khác.

MỤC LỤC

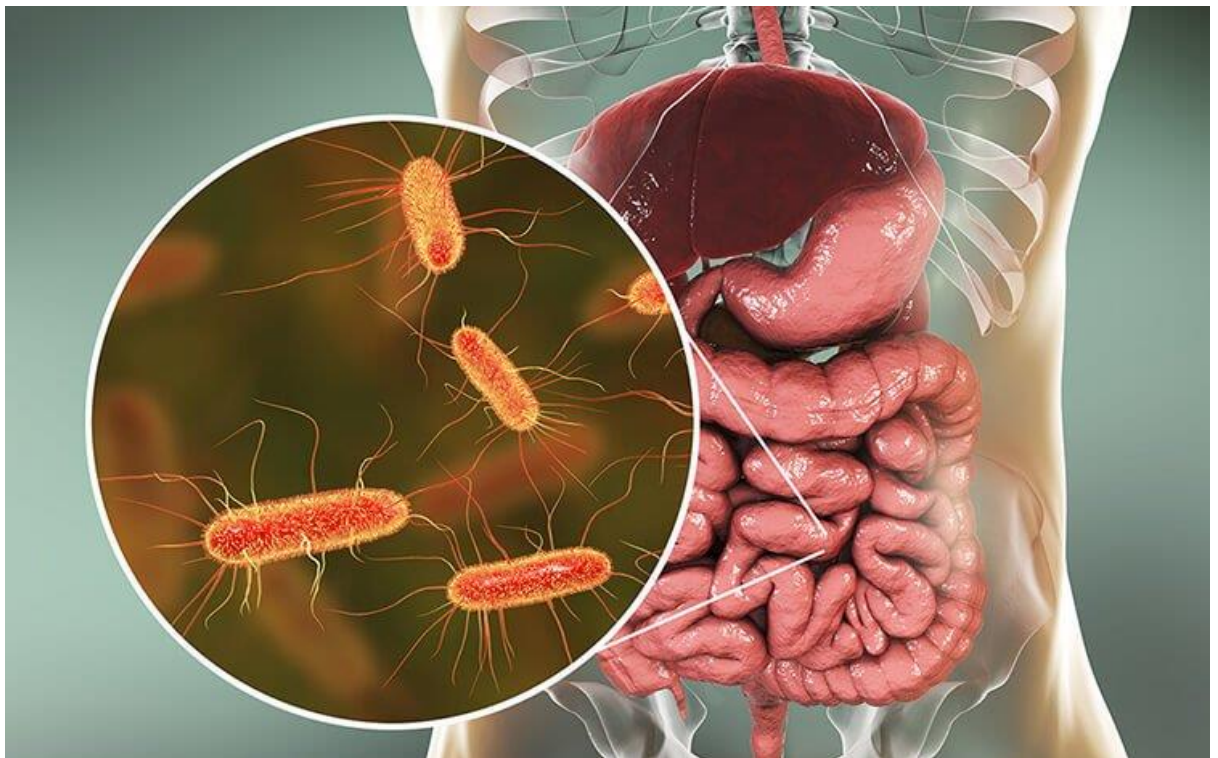
NỘI DUNG		TRANG
Lời mở đầu:		3
Phần 1: CƠ SỞ LÝ LUẬN	1. Vi khuẩn E.Coli	5
	2. Vi khuẩn Salmonella	6
	3. Vi khuẩn Vibrio	8
	4. Vi khuẩn Staphylococcus	9
	5. Vi khuẩn Proteus	10
Phần 2: CƠ SỞ THỰC TIỄN	1. Thực phẩm sạch nói chung	11
	2. Lợi ích của bánh mì	13
	3. Nguyên nhân bánh mì bị hư hỏng	15
	4. Cách bảo quản bánh mì	16
Phần 3: KẾT LUẬN	Bánh mì giúp chúng ta điều gì	19

PHẦN 1: CƠ SỞ LÝ LUẬN

1. Vi khuẩn E.Coli:

Vi khuẩn *Escherichia coli* hay *Coli* là tên của một loại vi khuẩn gram âm sống trong đường tiêu hóa của người và động vật. Vi khuẩn *E. Coli* có một số vai trò nhất định trong cơ thể người.

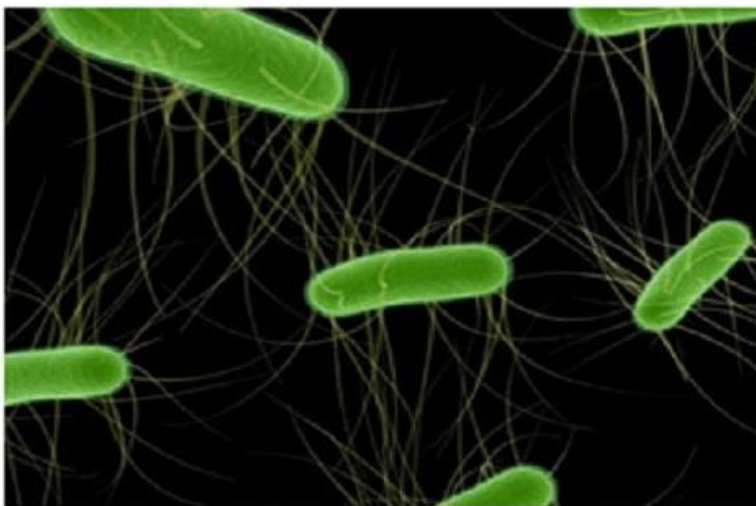
- Ngăn chặn sự tấn công của vi khuẩn xâm nhập vào đường tiêu hóa.
- Kích thích hệ miễn dịch của cơ thể
- Sản xuất các chất có lợi cho cơ thể: vitamin K, biotin,..
- Chuyển hóa chất đường trong cơ thể



Thiếu chú thích hình

Ngoài những vai trò quan trọng kể trên, tác hại của vi khuẩn *E. Coli* là nguyên nhân gây các bệnh về đường tiêu hóa như:

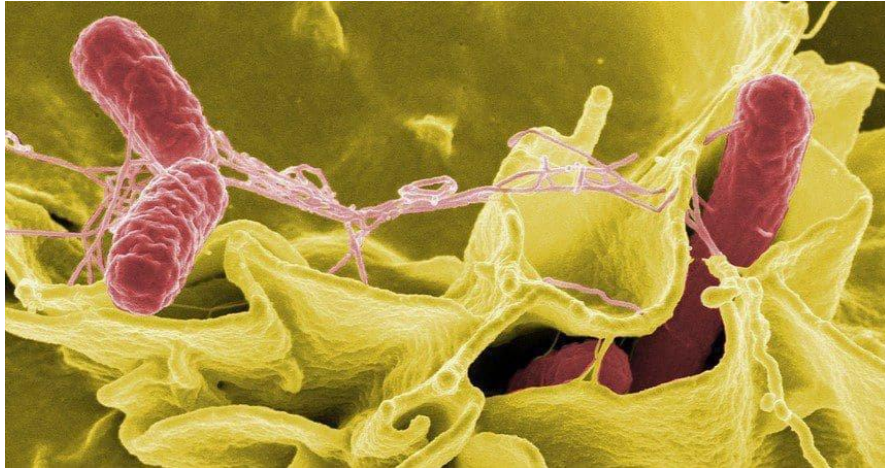
- Tiêu chảy hay còn gọi là nhiễm độc thức ăn: Người bệnh có biểu hiện sốt, tiêu chảy, nôn. Biến chứng nặng xảy ra thường là do tiêu chảy nhiều mà không được bù dịch kịp thời dẫn đến trụy mạch, rối loạn tuần hoàn, suy thận...
- Nhiễm khuẩn huyết là khi vi khuẩn này xâm nhập vào đường tiêu hóa rồi tiếp tục xâm nhập vào các mạch máu trong cơ thể làm tổn thương các tạng lân cận như tim, thận, não khiến người nhiễm E. Coli có thể tử vong.
- Nhiễm khuẩn đường tiểu do vi khuẩn E. coli, đi từ bộ phận cuối cùng của đường tiêu hóa là hậu môn sang lỗ tiểu ngoài, đi ngược dòng vào đường niệu. Hoặc là vi khuẩn E. Coli gây nhiễm khuẩn huyết và vi khuẩn từ máu bệnh nhân đi khắp cơ thể, đến đường niệu và gây nhiễm khuẩn đường tiểu.
- Viêm màng não và các nhiễm khuẩn khác trong hệ thống tiêu hóa.



2. Vi khuẩn Salmonella:

Nhiễm vi khuẩn Salmonella là tình trạng nhiễm vi khuẩn Salmonella trong dạ dày và ruột. Bệnh này tương tự như viêm dạ dày. Phần lớn bệnh nhân bị

nhiễm trùng nhẹ sẽ tự khỏi sau 4 đến 7 ngày mà không cần điều trị. Vi khuẩn *Salmonella* hay còn được gọi là vi khuẩn thương hàn gồm *S. typhi* và *S. paratyphi* A, B, C tất cả các chủng đều có khả năng gây bệnh thương hàn.



Hầu hết bệnh nhân nhiễm vi khuẩn *Salmonella* sống trong môi trường kém vệ sinh, ô nhiễm và nhiễm vi khuẩn. Do đó, họ có nguy cơ bị ngộ độc thực phẩm và các nhiễm trùng khác. . ra, bạn cũng có nguy cơ cao bị nhiễm vi khuẩn *Salmonella* nếu tiếp xúc gần gũi với những người khác bị nhiễm bệnh. Hơn nữa, trẻ nhỏ, người cao tuổi và những người có hệ miễn dịch suy yếu có nhiều khả năng nhiễm vi khuẩn *Salmonella*. Tỷ lệ bị sốt *Salmonella* ở các nước kém phát triển cao hơn nhiều so với các nước phát triển.

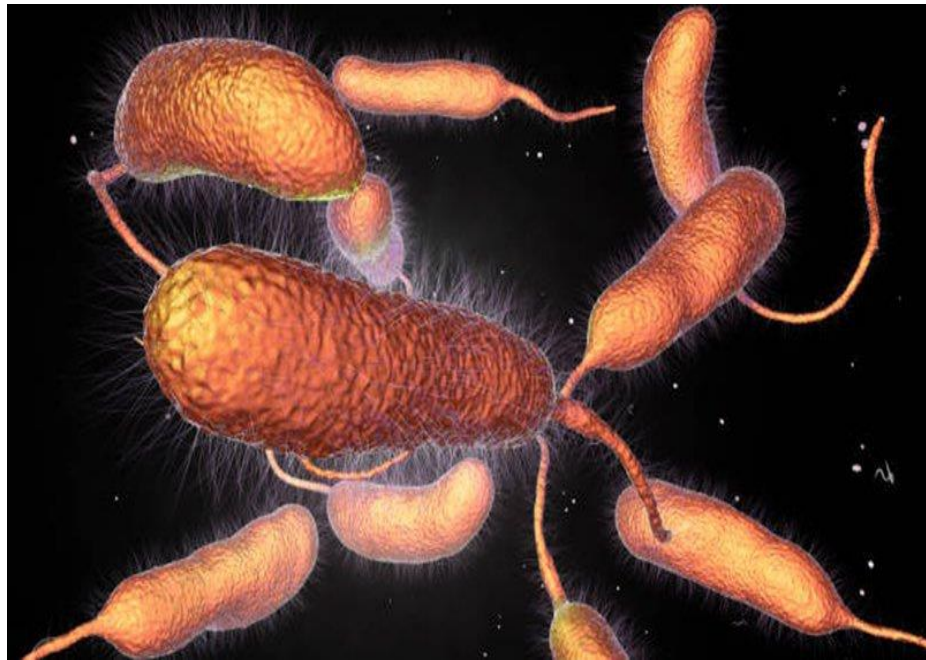


Nhiễm vi khuẩn Salmonella do ăn thực phẩm, đặc biệt là trứng, thịt bò, thịt gia cầm, trái cây hoặc uống nước hay sữa bị ô nhiễm. Thực phẩm nấu chín giúp giảm nguy cơ nhiễm trùng, nhưng không loại bỏ hoàn toàn nguy cơ nhiễm trùng. Salmonella có thể lây lan từ người này sang người khác nếu họ không rửa tay sau khi đi vệ sinh. Salmonella cũng có thể lây nhiễm sang người từ vật nuôi như gà và bò sát.

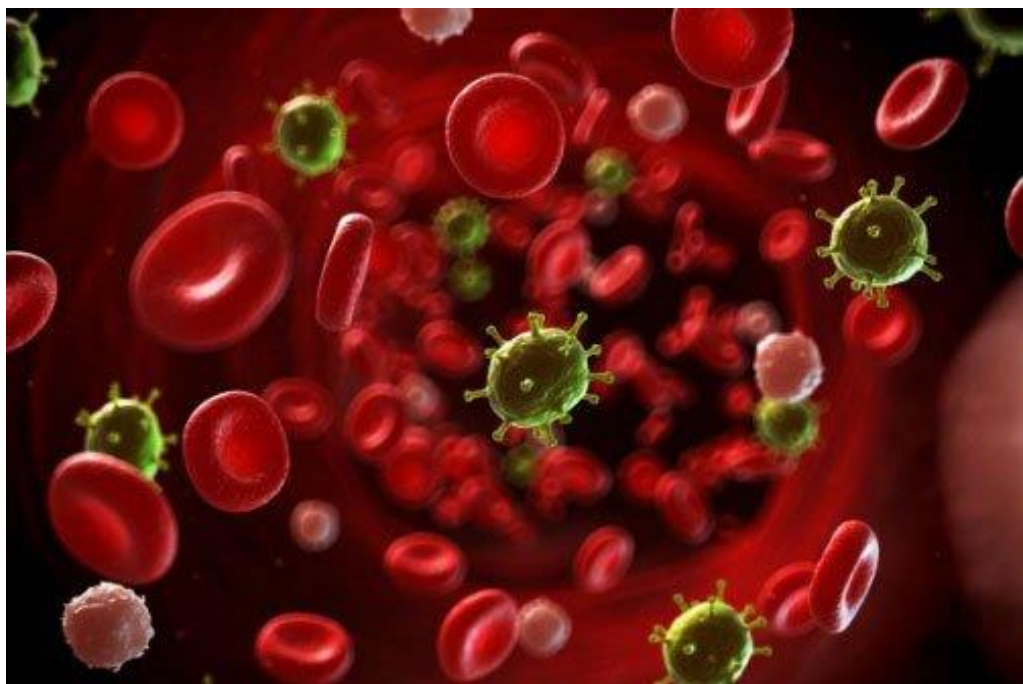


3. Vi khuẩn Vibrio:

Vi khuẩn tả có tên Vibrio Cholerae là nguyên nhân gây ra bệnh tả. Đây là một bệnh truyền nhiễm cấp tính với triệu chứng điển hình là đi ngoài phân toàn nước, phân đục như nước vo gạo. Bài viết này sẽ cung cấp cho bạn đọc các thông tin về vi khuẩn này và các phương pháp chẩn đoán điều trị vi khuẩn gây bệnh tả.

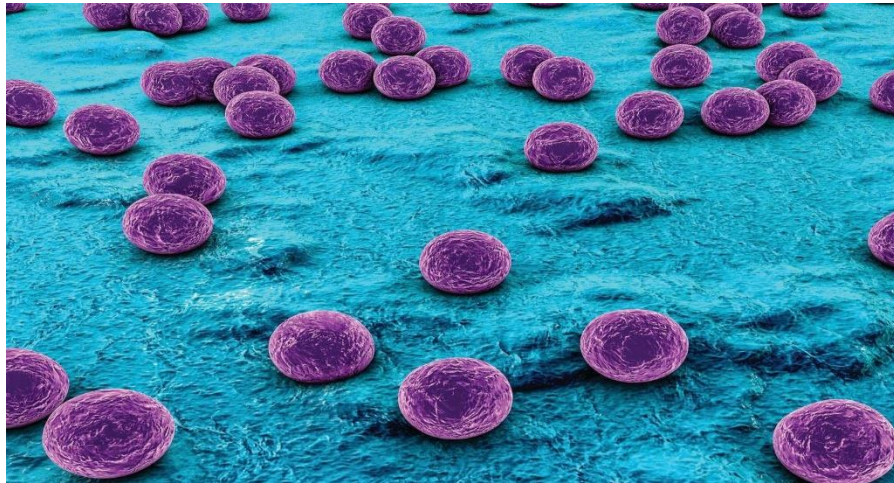


Là vi khuẩn hiếu khí tuyệt đối (vi khuẩn cần oxy để phát triển), khó phát triển được trên các môi trường nuôi cấy thông thường và phát triển tốt ở môi trường kiềm cao muối mặn. Vi khuẩn sinh độc tố ruột là kháng nguyên có bản chất protein. Độc tố này khi vào ruột non người gây ra phản ứng làm giảm ion Na^+ và tăng tiết ion Cl^- gây tiêu chảy.



4. Vi khuẩn Staphylococcus:

Tụ cầu vàng có tên khoa học là *Staphylococcus aureus* (MRSA) kháng methicillin là do một loại vi khuẩn tụ cầu kháng với nhiều loại kháng sinh được sử dụng để điều trị nhiễm trùng tụ cầu khuẩn thông thường.

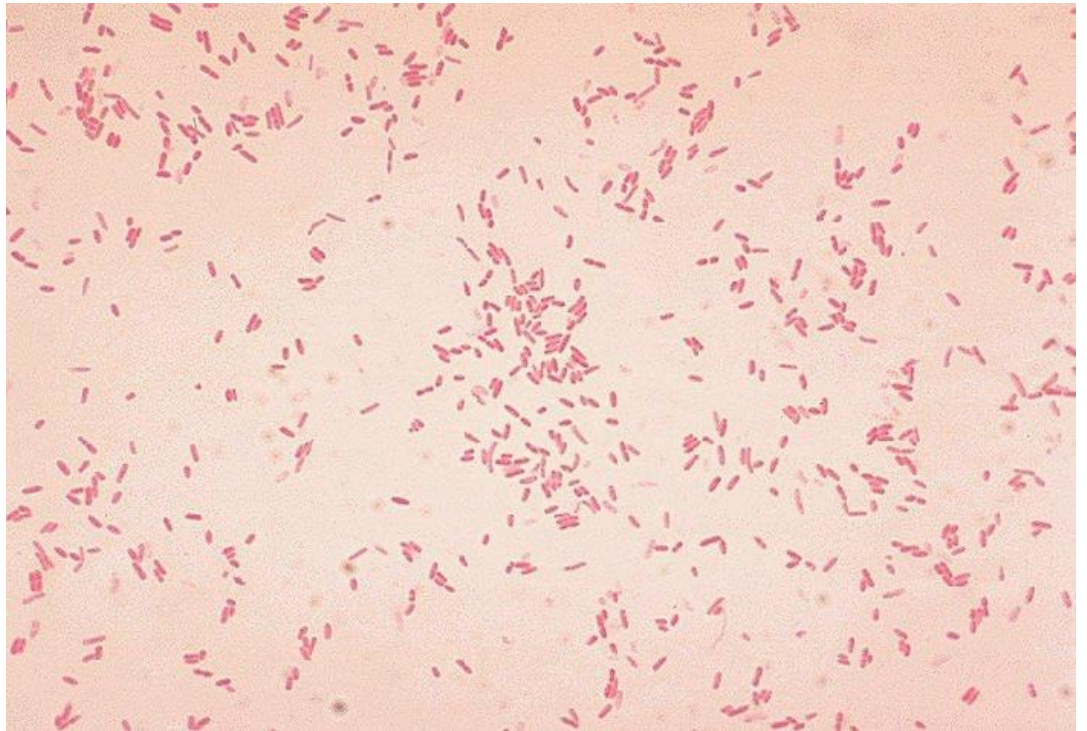


Vi khuẩn *Staphylococcus* thường được tìm thấy trên da hoặc trong mũi của khoảng một phần ba dân số

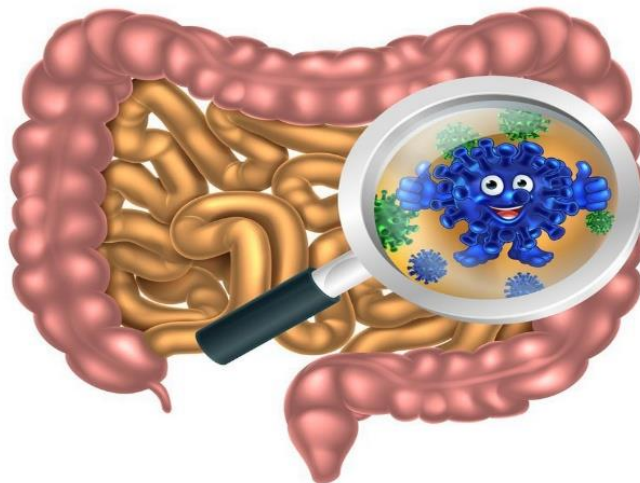
Những vi khuẩn này có thể truyền từ người này sang người khác. Do vi khuẩn tụ cầu rất khỏe mạnh, chúng có thể sống trên các vật dụng như gối hoặc khăn đủ lâu để lây qua người kế tiếp chạm vào chúng và có thể tồn tại trong môi trường nhiệt độ cao, không bị phá hủy bởi muối.

5. Vi khuẩn Proteus:

Proteus mirabilis là một loại vi khuẩn gram âm của Enterobacteriales có thể sống cả khi có mặt và không có oxy (anaerobia facultative). Nó phổ biến trong đất, nước, trong các vật liệu bị ô nhiễm phân và trong đường tiêu hóa của động vật có xương sống, bao gồm cả con người.



Vi khuẩn này đã được phân lập trong hệ vi sinh vật đường ruột của một số động vật có vú, như ở gia súc và lợn, trong vật nuôi như chó và mèo, ở người và nhiều sinh vật khác. Ở những con chuột khỏe mạnh, nó đã được phân lập cả trong đường ruột và đường hô hấp.



PHẦN 2: CƠ SỞ THỰC TIỄN

1. Thực phẩm sạch nói chung:



Thiếu chú thích hình

Thực phẩm sạch là loại thực phẩm được gieo trồng bởi kỹ thuật nông nghiệp an toàn, nói không với hoá chất độc hại, không sử dụng kích thích tăng trưởng để nâng cao sản lượng hay lợi nhuận. Bằng công nghệ hiện đại cũng như sự tỉ mỉ mà các nông dân tại các nông trường có thể mang lại cho người tiêu dùng nói chung nguồn thực phẩm sạch an toàn và chất lượng.



Hiểu theo nghĩa đơn giản thực phẩm sạch là thực phẩm không chứa chất bẩn, an toàn, tốt cho sức khỏe chúng ta, cụ thể như là:

- Không chứa tồn dư thuốc bảo vệ thực vật, hóa chất, kháng sinh cấm hoặc vượt quá giới hạn cho phép.
- Không chứa tạp chất (kim loại, thủy tinh, vật cứng ...).
- Không chứa tác nhân sinh học gây bệnh (vi rút, vi sinh vật, ký sinh trùng).
- Có nguồn gốc, xuất xứ đầy đủ, rõ ràng.
- Được kiểm tra, đánh giá chứng nhận về an toàn thực phẩm

Như vậy, thực phẩm sạch chính là những loại thực phẩm được chứng nhận an toàn

vệ sinh thực phẩm, không chứa dư lượng thuốc trừ sâu, phân bón, không

chứa kim loại nặng, các loại virus, vi khuẩn gây bệnh, có nguồn gốc xuất xứ rõ ràng.

2. Lợi ích của bánh mì:

ĂN BÁNH MÌ CÓ LỢI ÍCH GÌ ?

Bánh mì là món ăn phổ biến và được dùng thường xuyên vào bữa sáng bởi đây là món ăn đơn giản cả về nguyên liệu sử dụng chế biến cũng như cách chế biến. Chính vì vậy nên bánh mì rất được nhiều người ưa thích.

Bánh mì là một loại thực phẩm được nhiều người yêu thích. Nếu như biết ăn bánh mì đúng cách thì sẽ có nhiều công dụng tuyệt vời mà bạn không ngờ tới.

- Tốt cho tiêu hóa:

Bánh mì là một nguồn phong phú chất xơ nên rất tốt cho hệ tiêu hóa. Những chất xơ này giúp làm mềm phân, từ đó giúp giải quyết được tình trạng táo bón. Vào bữa trưa, nếu bạn ăn 2 lát bánh mì nâu thì đã cung cấp đến 1/3 nhu cầu chất xơ hàng ngày.



- Làm đẹp da
Nghe tưởng như đùa phải không nào ? Tuy nhiên, bạn cần biết rằng, làn

da chúng ta rất cần một lượng lớn protein để luôn khỏe mạnh. Và bánh mì cũng là một nguồn chứa lượng lớn protein tương đương với trong cá, bí tết và đồ nướng. Vì vậy, mỗi ngày ăn 4 lát bánh mì đã cung cấp 1/4 lượng protein cho nữ giới và 1/5 protein cho nam giới.

- Giúp giảm cân hiệu quả
Nếu bạn đang ăn kiêng thì đừng ngó lơ qua bánh mì nhé! Có rất nhiều loại bánh mì làm từ các loại hạt rất tốt trong việc giảm cân. Một lát bánh mì trắng chỉ chứa 77 calo, ít hơn so với một chiếc bánh quy và lượng bơ tương đương để ăn kèm với bánh mì đó. Một số kiểm chứng về thực phẩm cho thấy thành phần tinh bột của bánh mì được chế biến từ hạt còn nguyên cám có thể giúp kiềm chế cơn đói bụng, kiểm soát lượng đường trong máu và giúp tăng cường quá trình trao đổi chất trong cơ thể.



- Giúp não hoạt động tốt hơn
Thiếu chất sắt làm cho cơ thể con người mệt mỏi, dễ dẫn đến tình trạng

thiếu máu lên não. Trong bánh mì có chứa chất sắt có khả năng cung cấp cho cơ thể. Theo một nghiên cứu thì 1 lát bánh mì trắng cung cấp 0,6mg sắt trong tổng số 15 mg phụ nữ cần mỗi ngày. Vì vậy 4 lát bánh mì mỗi ngày sẽ giúp tăng lượng sắt và thật hữu ích nếu bạn muốn tránh ăn thịt bò và dầu cá.

- Giúp xương chắc khỏe
Người bình thường một ngày cần phải cung cấp cho cơ thể 800mg canxi. Nếu bạn dùng 4 lát bánh mì đã có thể bổ sung 164mg canxi tương ứng với lượng canxi có trong 100gr các loại sữa chua. Do đó, ăn bánh mì giúp tăng lượng canxi đáng kể cho xương.

3. Nguyên nhân bánh mì bị hư hỏng:

- Nấm mốc: Nấm mốc là một loại nấm hấp thụ chất dinh dưỡng trong bánh mì và phát triển bào tử, tạo ra những đốm mờ có thể có màu xanh lá cây, đen, trắng hoặc thậm chí là màu hồng. Bánh mì không chứa gluten thường dễ bị nấm mốc vì nó có độ ẩm cao hơn và dùng rất ít (hoặc không dùng) chất bảo quản hóa học



- Mùi hôi: Nếu những đốm mốc có thể nhìn thấy bằng mắt thường, người sử dụng không nên gửi trong trường hợp bào tử của nấm mốc có thể gây hại khi lỡ hít vào. Nếu các đốm mốc không xuất hiện rõ ràng nhưng bánh mì có mùi lạ và khó chịu, người sử dụng nên loại bỏ chúng.

- Vị lạ: Nếu như bánh mì không giữ được hương vị thường có của chúng, khả năng lớn chúng có thể đã hết hạn sử dụng.
- Kết cấu cứng: Bánh mì không được đóng gói và bảo quản đúng cách có thể trở nên cũ hoặc khô. Chừng nào còn không xuất hiện nấm mốc, bánh mì cũ vẫn có thể ăn được - nhưng sẽ không cho trải nghiệm ngon bằng bánh mì tươi.



4. Cách bảo quản bánh mì:

- Bọc bánh mì trong màng bọc thực phẩm hoặc giấy bạc. Các kiểu màng bọc này sẽ giữ lại độ ẩm tự nhiên trong bánh mì, giúp bánh mì không bị khô đi và cứng lại. Nếu bánh mì mua về được bọc trong giấy gói, bạn hãy bỏ giấy gói đi và bọc bánh mì trong màng bọc thực phẩm hoặc giấy nhôm để bảo quản.

Nếu mua bánh mì cắt lát hoặc đã chế biến sẵn, bạn có thể cứ để nguyên bánh mì trong màng bọc ni lông của nó. Các nhà sản xuất khuyên người dùng giữ nguyên bánh mì trong bao bì để giữ độ ẩm. Có người cho rằng nên để bánh mì được nướng thủ công còn nguyên giấy bọc trên bàn, thậm chí không cần bọc giấy, và úp mặt cắt xuống. Cách này đúng là có thể giữ được độ giòn của vỏ bánh, nhưng khi tiếp xúc với không khí, bánh mì sẽ bị cũ trong vòng vài tiếng.



- Bảo quản bánh mì trong nhiệt độ phòng không quá 2 ngày. Nhiệt độ phòng tức là nhiệt độ khoảng 20°C . Cắt bánh mì ở nơi khô và mát, tránh ánh nắng mặt trời, chẳng hạn như để trong tủ đựng thức ăn hoặc hộp đựng bánh mì.

Nếu trong nhà có độ ẩm cao, bánh mì có thể nhanh chóng bị mốc khi được



bảo quản trong nhiệt độ phòng. Lúc này, bạn có thể chuyển thẳng sang bước đông lạnh bánh mì còn thừa sau khi ăn, lúc bánh còn tươi mới.

- Đông lạnh bánh mì thừa. Nếu bạn có nhiều bánh mì ăn không hết trong vài ngày, cách bảo quản tốt nhất là đông lạnh. Khi bạn đông lạnh bánh mì, nhiệt độ sẽ hạ xuống đến mức đủ để ngăn chặn tinh bột kết tinh lại và bị hỏng.

Nhớ bỏ bánh mì vào túi ni lông đông lạnh hoặc loại giấy bạc chắc chắn, vì giấy bạc gia dụng thông thường không thích hợp để đông lạnh. Dán nhãn và ghi ngày tháng để chiếc bánh mì sau này không trở thành một khối bí ẩn mà bạn không thể đoán được là gì. Cần nhắc cắt lát bánh mì trước khi đông lạnh. Như vậy, bạn sẽ không phải cắt bánh mì khi còn đông cứng, và bánh mì sau khi rã đông thường cũng khó cắt.



- Không cho bánh mì vào tủ lạnh. Các nghiên cứu khoa học đã cho thấy, bánh mì để trong tủ lạnh sẽ bị hút hết độ ẩm và hỏng nhanh hơn gấp 3 lần so với khi để trong nhiệt độ phòng. Hiện tượng này xảy ra do quá trình gọi là “thoái hóa tinh bột”, tức là các phân tử tinh bột kết tinh lại và bánh mì trở nên dai cứng.

- Rã đông bánh mì đông lạnh. Bạn nên rã đông bánh mì bằng cách để bánh trong nhiệt độ phòng. Tháo màng bọc bên ngoài bánh mì và cứ để nguyên như vậy. Nếu thích, bạn có thể nướng bánh mì bằng lò nướng hoặc máy nướng bánh mì trong vài phút (không quá 5 phút) để bánh mì giòn trở lại. Lưu ý rằng bánh mì chỉ còn ngon khi được nướng giòn lại một lần, sau đó dù có nướng lại thì bánh mì cũng đã bị khô cứng.



- Bảo quản bánh mì cùng khoai tây. Cách này cực kỳ đơn giản luôn, nguyên liệu cũng dễ tìm. Các bạn chỉ cần mua bánh mì, khi sử dụng không hết thì để lát bánh vào túi nilon và cho thêm vài lát táo cùng với khoai tây thái mỏng vào đó. Bảo quản cùng khoai tây là cách dễ thực hiện và hiệu quả



Khoai tây và táo sẽ hút ẩm của bánh mì giúp cho chúng giữ độ giòn ngon
Lúc cần ăn thì nướng lại hoặc để không thì ăn bánh mì vẫn giòn, nhưng cũng
chỉ bảo quản được ngắn ngày.

PHẦN 3: KẾT LUẬN

Bánh mì giúp chúng ta điều gì?

Ăn bánh mì giúp cung cấp nguồn năng lượng cần thiết cho cơ thể hoạt động và làm việc. Bánh mì có chứa vitamin E, vitamin B, phốt pho, ma giê, sắt và kẽm. Các chất này có thể bảo vệ chống lại chứng bệnh tinh thần, từ đó thúc đẩy tâm trạng. Đặc biệt, chất sắt giúp cơ thể tràn đầy sinh lực và giúp não bộ làm việc chính xác, tự tin.



LỜI NHẬN XÉT GIÁO VIÊN HƯỚNG DẪN

1. Thiếu đánh số trang
2. Thiếu chú thích hình
3. Bìa 2 không đúng mẫu
4. Thiếu tài liệu tham khảo

GV1 : 8,5

GV2 : 8,5

NHÓM 13: KHÁNH VY, THẢO NGUYỄN, PHƯƠNG LINH PHÂN CÔNG:

- **PHƯƠNG LINH:** Vi khuẩn E.Coli; vi khuẩn Salmonella; vi khuẩn Vibrio; lời mở đầu
- **THẢO NGUYỄN:** Vi khuẩn Staphylococcus; vi khuẩn Proteus; thực phẩm sạch nói chung ; mục lục
- **KHÁNH VY:** Lợi ích của bánh mì; Nguyên nhân bánh mì bị hư hỏng; Cách bảo quản bánh mì; Bánh mì giúp chúng ta điều gì